

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./

МЕНЮ

26 сентября 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	140	52,91	24,7	13,7	14,7	287
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	19,26	7,2	7,8	15,3	162
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	20	6,90	1,4	5,7	9,8	96
Итого		79,07	33,3	27,2	39,8	545
II Завтрак						
ЯБЛОКИ-ЗАПЕЧЕННЫЕ 1/2	100	9,54	0,3	0,3	19	82
Итого		9,54	0,3	0,3	19	82
Обед						
СУП С ХОРЧО НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	180	84,56	7,2	9	27,7	222
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	185	9,14	2,2	3,8	12,8	94
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	105	55,19	16,9	18,3	5,8	254
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,19			3,4	14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	1,09	2,5	0,2	16,7	79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	1,15	2,4	0,3	15,2	73
Итого		153,30	31,2	31,6	81,6	736
Полдник						
КЕФИР	154	16,15	4,5	3,8	6,1	81
Итого		16,15	4,5	3,8	6,1	81
Ужин						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С МОРКОВЬ И ЯЙЦОМ	155	62,84	12,7	9,9	47,5	332
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,82	0,2	0,1	15	60
Итого		63,66	12,9	10	62,5	392
Всего		321,72	82,2	72,9	209	1836

Зав. производством (шеф-повар)

Беленкова Л.В.

Утверждаю

Руководитель учреждения

ГБОУ ООШ № 21

/Голина Е.Г./

МЕНЮ

26 сентября 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	140	52,99	24,7	13,7	14,7	287
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	13,29	5	5,3	11,5	116
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	20	6,81	1,4	5,7	9,8	96
Итого		73,09	31,1	24,7	36	499
II Завтрак						
ЯБЛОКИ-ЗАПЕЧЕННЫЕ 1/2	100	9,53	0,3	0,3	19	82
Итого		9,53	0,3	0,3	19	82
Обед						
СУП С ХОРЧО НА М.К.Б. СО СМЕТАНОЙ	150	70,27	5,7	7,5	22,9	184
ИКРА МОРКОВНАЯ	115	12,65	1,1	2,8	5,7	54
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	43,82	12,9	14	3,1	189
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	1,78			2,8	11
ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	0,93	2,2	0,2	14,3	68
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	1,00	2,1	0,3	13,3	64
Итого		130,46	24	24,8	62,1	570
Полдник						
КЕФИР	143	15,07	4,2	3,6	5,7	76
Итого		15,07	4,2	3,6	5,7	76
Ужин						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С МОРКОВЬ И ЯЙЦОМ	155	62,90	12,7	9,9	47,5	332
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,82	0,2	0,1	15	60
Итого		63,72	12,9	10	62,5	392
Всего		291,88	72,5	63,4	185,3	1619

Зав. производством (шеф-повар)

Беленкова Л.В